



PERFIL DE APRENDIZAGEM DOS ALUNOS / NÍVEIS DE DESEMPENHO

Áreas de competências: conhecimentos, capacidades e atitudes

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES – EDUCAÇÃO FÍSICA – 5º ano



2019/2020

DOMÍNIOS		NÍVEIS DE DESEMPENHO				
		Fraco - nível 1	Insuficiente - nível 2	Suficiente - nível 3	Bom - nível 4	Muito Bom - nível 5
Conhecimentos e Capacidades – 80%	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (JDC, Badminton, Ginástica e Atletismo)	O aluno não desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas no 5º ano e pelo menos quatro subáreas no 6º ano.	O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas no 5º ano e pelo menos quatro subáreas no 6º ano.	O aluno revela algumas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas no 5º ano e pelo menos quatro subáreas no 6º ano.	O aluno revela um bom domínio no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas no 5º ano e pelo menos quatro subáreas no 6º ano.	O aluno revela um muito bom domínio no desenvolvimento das competências essenciais.
	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA - Avaliação da Aptidão Física. - Desenvolvimento das capacidades motoras.	O aluno não apresenta nenhum valor que se encontre dentro da zona saudável.	O aluno apresenta três valores fora da zona saudável sendo um deles em resultado do teste de aptidão de resistência aeróbia.	O aluno apresenta apenas dois valores fora da zona saudável ou um, sendo este, em resultado do teste de aptidão de resistência aeróbia.	O aluno apresenta apenas um valor fora da zona saudável não sendo este, em resultado do teste de aptidão de resistência aeróbia.	O aluno apresenta todos os valores dentro da zona saudável.
	ÁREA DOS CONHECIMENTOS - Identificar as capacidades físicas.	O aluno não identifica nenhuma das capacidades motoras condicionais /coordenativas.	O aluno revela muitas dificuldades na compreensão e identificação das principais capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço.	O aluno revela algumas dificuldades na compreensão e identificação das principais capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço.	O aluno revela um bom domínio na identificação das capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço.	O aluno revela um muito bom domínio na compreensão e identificação das capacidades motoras condicionais /coordenativas Implícitas num determinado esforço.

Domínio/Perfis		Níveis de Desempenho - descritores				
		Fraco/ nível 1	Insuficiente/ nível 2	Suficiente/ nível 3	Bom/ nível 4	Muito Bom/ nível 5
Atitudes – 20%	1. Participação	Nunca intervém nas aulas.	Raramente intervém nas aulas	Intervém regularmente nas aulas	Intervém ativamente nas aulas	Intervém sempre de forma ativa e pertinente nas aulas.
	2. Pontualidade	Nunca é pontual.	É raramente pontual.	É quase sempre pontual.	É pontual.	É sempre pontual.
	3. Organização	Não é organizado.	Raramente organiza o seu trabalho de forma satisfatória.	Organiza o seu trabalho de forma satisfatória.	Organiza o seu trabalho de forma bastante satisfatória.	Organiza o seu trabalho de forma muito satisfatória.
	4. Comportamento	Apresenta um comportamento nada satisfatório.	Apresenta um comportamento pouco satisfatório.	Apresenta um comportamento satisfatório.	Apresenta um comportamento bastante satisfatório.	Apresenta um comportamento muito satisfatório.
	5. Cooperação	Nunca coopera com os outros.	Raramente coopera com os outros.	Coopera com os outros de forma satisfatória.	Coopera com os outros de forma bastante satisfatória.	Coopera com os outros de forma muito satisfatória.
	6. Autonomia	Nunca realiza as atividades de forma autónoma.	Raramente realiza as atividades de forma autónoma.	Realiza as atividades de forma autónoma com alguma regularidade.	Realiza frequentemente as atividades de forma autónoma.	Realiza sempre as atividades de forma autónoma.

Nota: A atribuição de Fraco tem um carácter excepcional.